

Sophrologie et mieux-être au quotidien



**Du lundi 6 février au 26 juin 2023
de 17h10 à 18h10 à Corserey**

(au cabinet « L'Envol du papillon »)

Au programme : soirées à thème (p.ex. sommeil, confiance en soi, concentration) et découverte de la relaxation dynamique 4 en abordant la thématique des valeurs.

Différentes **techniques utiles au quotidien** seront enseignées et des enregistrements des pratiques transmis aux participant-e-s.

Dates : lundis 6.02 – 13.03 - 27.03 – 24.04 – 15.05 – 5.06 – 26.06.2023

Tarif : Frs. 210.- pour 7 séances / Agréée au RME, remboursement possible par de nombreuses assurances complémentaires.



Contact et inscriptions:

Marjorie Bachmann (-Pittet)
Sophrologue caycédienne diplômée
L'Epine 10, 1747 Corserey
079/ 517 17 64
envoldupapillon.ch@gmail.com

Plus d'informations sur www.envoldupapillon.ch